



ଫ୍ରୋଜେନ୍ ସୋଲଡର୍ ସମସ୍ୟାରେ ପୀଡ଼ିତ କି ?



ବ୍ୟସ୍ତକର୍ମକାରୀ ଜୀବନରେ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ବସି ରହି କାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଫ୍ରୋଜେନ୍ ସୋଲଡର୍ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଦ୍ଧସ ବ୍ୟତୀତ ଲୋକମାନେ ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ଫୋନ୍‌ରେ ବିଚାଳି ଯାହା କ୍ଷତିକାରକ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଯୋଗୁଁ ସ୍ୱଳ୍ପପଦ୍ମିକ ମଧ୍ୟରେ ବେକ ଏବଂ କାନ୍ଧ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ଲୋକମାନେ ବ୍ୟାୟାମ ଏବଂ ମାଲିସ୍ କରିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସମସ୍ୟା ସମାନ ରହିଥାଏ । ହାତ ବୁଲାଇବାରେ ଏବଂ ହଲାଇବାରେ ମଧ୍ୟ ଅସୁବିଧା ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ ଫ୍ରୋଜେନ୍ ସୋଲଡର୍ କୁହାଯାଏ । ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଏହାକୁ ଆବାବାହୁକ ଶୂଳ କୁହାଯାଇଥାଏ । ଶୀତଦିନେ ଏହି ସମସ୍ୟା ଗୁରୁତର ହୋଇଥାଏ ।

କୁହାଯାଏ ଯେ, ଯେତେବେଳେ ଶରୀରରେ ବାତ ଏବଂ କଫ ବୋଧ ଅସ୍ୱଚ୍ଛୁଳିତ ହୋଇଥାଏ, ସେତେବେଳେ ମାଂସପେଶୀ ଓ ହାତ ସହି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ଫଳରେ ବର୍ଦ୍ଧି କମା ହେବା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ ସୂଚିତ କରୁଥିବା ଅନେକ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଇପାରେ । ଏଥିରେ ସହି ଯନ୍ତ୍ରଣା, ମାଂସପେଶୀ କଠିନତା, କାନ୍ଧରୁ ବେକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହଲାଇବାରେ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ବେକକୁ ବଙ୍କା କରିବାରେ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ଅବବାହୁକା ଶୂଳର ଅନେକ କାରଣ ଅଛି, ଯେପରିକି ଅତ୍ୟଧିକ ଭଜା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା, ଅତ୍ୟଧିକ ପାଣି ପିଇବା, ଅତ୍ୟଧିକ ପରିଶ୍ରମ କିମ୍ବା ଭାରା ଜିନିଷ ଉଠାଇବା, ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ବସି ରହିବା କିମ୍ବା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଣିରେ ରହିବା ।

ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏନେଇ ରାଶି ତେଲ, ବଗମୁଳ ତେଲ, କିମ୍ବା ବାଳଶୁଗନ୍ଧା ତେଲ ସାହାଯ୍ୟରେ ପ୍ରଭାବିତ ସ୍ଥାନକୁ ମାଲିସ କଲେ ସୁଫଳ ମିଳିଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ୧୦ ମିନିଟ୍ ଏବଂ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ୧୦ ମିନିଟ୍ ପାଇଁ ମାଲିସ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ମାଂସପେଶୀରେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହିତ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ଯନ୍ତ୍ରଣା ସ୍ଥାନରେ ଗରମ ସେକ ବ୍ୟବହାର କଲେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । କିଛି ଔଷଧ ଏବଂ ଘରୋଇ ଉପଚାର, ଯେପରିକି ହଳଦୀ ଶୀର, ସେବନ କରି ମଧ୍ୟ ଆରାମ ମିଳିପାରିବ, ଯାହା ମାଂସପେଶୀର ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ କମାଇବ ।

ଫ୍ରୋଜେନ୍ ସୋଲଡର୍ ଲକ୍ଷଣ
ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଫ୍ରୋଜେନ୍ ସୋଲଡର୍, କିମ୍ବା ଅବବାହୁକା ଶୂଳକୁ ବାତ ଏବଂ କଫ ବୋଧ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଥିବା କୁହାଯାଇଥାଏ ।

ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବାର ଉପାୟ
ଆୟୁର୍ବେଦ ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ଅନେକ ଉପାୟ ପ୍ରଦାନ କରେ, ଯାହାକୁ ଅବବାହୁକ ଶୂଳ କୁହାଯାଏ, ଯାହାକୁ ଘରେ ସହଜରେ କରାଯାଇ ପାରିବ । ତେଲ ଏବଂ ମାଲିସ ସାହାଯ୍ୟରେ

ଗିଲୋୟ ରସ ଲାଇଦାୟକ
ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ଗିଲୋୟ ରସ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ଏବଂ ହାତ ମଜବୁତ କରିଥାଏ । ଅଶୁଗନ୍ଧା ଏବଂ ଯୋଗରାଜ ଗୁଗୁଲୁ ପାଉଡର ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ସୁଫଳ ମିଳିଥାଏ । ଶୋଇବା ସମୟରେ ଭିଲୟ ପାଉଡରକୁ ପୃଷ୍ଠ ପୃଷ୍ଠ ଭାବରେ ସେବନ କଲେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଏବଂ ପୁଲ୍ଲୀ କମିଥାଏ । ଉଷୁମ ଗାଧୋଇବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ ।



କଲରା ଜୁସ୍ କେତେ ହିତକର କେତେ ହାନିକାରକ ?

ପରିବା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳେ । ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରୁହେ । ଯେପରିକି କଲରା... ଏହାକୁ ଚାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀମାନେ ଔଷଧ ରୂପରେ ଖାଆନ୍ତି । ନିୟମିତ କଲରା ଜୁସ୍ କରି ପିଅନ୍ତୁ । ହେଲେ ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି ଅତ୍ୟଧିକ କଲରା ଖାଇଲେ କ'ଣ ହୁଏ ? କିତନା ଉପରେ ଏହା କ'ଣ ପ୍ରଭାବ ପକାଏ ?

କଲରା ଜୁସ୍‌ରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି, ପୋଟାସିଅମ୍, ଜିଙ୍କ, ଆଇରନ୍, ଫୋଲେଟ୍ ଭଳି ଭରପୁର ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ସେବନ କଲେ ୮୬ ପ୍ରତିଶତ ଭିଟାମିନ୍ ମିଳେ । ଇମ୍ୟୁନିଟି ବଢ଼ାଏ । ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ । ଖଣ୍ଡିଆ ହୋଇଥିଲେ ଜଳଜି ଭରଣ ହୋଇଯାଏ । ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଫ୍ୟାଟ୍ କମାଏ । ବୃଦ୍ଧରେ ବନକ ଆଣେ । ଚାଉଳ-୨ ଚାଉଳବେଟିସ୍ ରୋଗୀଙ୍କ ସୁଖାର ଲେଗୁଲୁ କମାଏ । ପ୍ରାକୃତିକ ଇନସୁଲିନ୍ ଭଳି କାମ କରେ । ସବୁ ଜିନିଷର ଅତ୍ୟଧିକ ବ୍ୟବହାର ଶରୀର ପ୍ରତି ବିପଦ । ତେଣୁ ସାମିତ ମାତ୍ରାରେ କଲରା ଜୁସ୍ ସେବନ କରିବା ଉଚିତ୍ । ଯଦି କିତନା ସମସ୍ୟା ରହିଛି ତାହେଲେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ବିନା ପରାମର୍ଶରେ ଖାଇବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ । ଅତ୍ୟଧିକ କଲରା ଖାଇଲେ ପେଟ ବ୍ୟଥା ହୁଏ, ବାନ୍ତି ଲାଗେ ଏବଂ ଗ୍ୟାସ୍ ହୁଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ କଲରା କିତନା ପାଇଁ ଭଲ ବୋଲି ଆଉ କିଛି ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ହେଲେ ଏହାର କୌଣସି ଠୋସ୍ ପ୍ରମାଣ ନାହିଁ ।

ଅପରେସନ୍ ପୂର୍ବରୁ କାହିଁକି ଖାଇବା କିମ୍ବା ପିଇବାକୁ ମନା କରନ୍ତି ଡାକ୍ତର ?



ରାତିରେ ଉତ୍କଳ ଆଲୋକ ସୁଦ୍ଘାତ ବିପଦକୁ ୫୬% ବଢ଼ାଇଥାଏ । ମେଡିକାଲ୍ ଜର୍ଣ୍ଣାଲ୍ ଜାମା ନେଟ୍‌ୱର୍କରେ ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଏହି ତଥ୍ୟ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ବର୍ଷା ଅଣ୍ଡୁଲିଆର ଫୁଣ୍ଡର୍ସ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଗବେଷକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ୮୯ ହଜାର ଲୋକଙ୍କୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଥିଲା । ଗବେଷକମାନେ ଏହି ସମୟରେ ଏଂଶଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରାୟ ସାଢ଼େ ୯ ବର୍ଷ ଧରି ନଜର ରଖିଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କ ହାତରେ ସେନ୍ସର ପିନ୍ଧାଯାଇଥିଲା । ରାତିରେ ଉତ୍କଳ ଆଲୋକ ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀଙ୍କ ହୃଦୟ ସ୍ୱାୟତ୍ତ କିଭଳି ପ୍ରଭାବିତ କରୁଛି ତାହା ଜାଣିବା ଥିଲା । ଗବେଷଣାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଜଣାପଡିଲା ଯେ, ଯେଉଁମାନେ ରାତିରେ ଉତ୍କଳ ଆଲୋକ ଅଂଶଗ୍ରହଣରେ ଆସିଥିଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ହୃଦ୍ଘାତ ହେବାର ବିପଦ ୫୬ ପ୍ରତିଶତ ଅଧିକ ଥିଲା । ଅଧ୍ୟୟନର ନେତୃତ୍ୱ ନେଉଥିବା ଡାକ୍ତର ତାଲିଖଲ୍ ଔଷ୍ଡ଼ଙ୍କ ଅନୁସାରେ, ରାତି ସମୟରେ ଉତ୍କଳ ଆଲୋକ ଜଳିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ସର୍କିଟିଆର୍ ରିଡମ୍ ଉପରେ ଖରାପ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ । ସର୍କିଟିଆର୍ ରିଡମ୍ ଆମ ନିଦ, ହରମୋନ୍ କ୍ରମିକ୍ରମ ସମେତ ଅନେକ ଜିନିଷ ଲାଗି ଜରୁର । ଏଭଳି କ୍ଷେତ୍ରରେ ସର୍କିଟିଆର୍ ରିଡମ୍ ପ୍ରଭାବିତ ହେଲେ ହୃଦୟର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଗିଡିଯାଏ । ଏହାଯୋଗୁଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିକଟରେ ମନୋପ୍ରାଣିକ ଦ୍ୱିଧା, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଭଳି ସମସ୍ୟା ବି ଦେଖାଯାଏ ।

ଯଦି ଆପଣଙ୍କର କିମ୍ବା ଆପଣଙ୍କର ପ୍ରିୟଜନଙ୍କର କେବେ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ହୋଇଛି, ତେବେ ଆପଣ ସୁ-ଏତ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିବେ ଯେ ଡାକ୍ତର ଏବଂ ହସ୍ପିଟାଲ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ପୂର୍ବରୁ କିଛି ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ପାନାୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ମନା କରନ୍ତି । ପ୍ରାୟତଃ, ରୋଗୀ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ପରିବାର ଖାଲି ପେଟରେ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାରର ଅର୍ଥ ବୁଝି ପାରିନଥାନ୍ତି । ଅନେକ ଲୋକ ଭାବନ୍ତି ଯେ, ଟିକିଏ ପାଣି କିମ୍ବା ଚା ପିଇବା ଦ୍ୱାରା କିଛି ଫରକ୍ ପଡ଼ିବନି । କେତେକ ଲୋକ ରୋଗୀଙ୍କୁ କୋରୋନାବିରୁଷ ଖାଇବାକୁ ମଧ୍ୟ ବିଅଡ଼ି । ତଥାପି, ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ପୂର୍ବରୁ ଖାଇବା ପିଇବା ବହୁତ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇପାରେ । ଏହା ରୋଗୀଙ୍କ ଜୀବନକୁ ମଧ୍ୟ ବିପଦରେ ପକାଇପାରେ । ତେଣୁ, ଡାକ୍ତରମାନେ ବାରମ୍ବାର ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି ଯେ, ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ପୂର୍ବରୁ ଅତି କମରେ ୬ ରୁ ୮ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ କିଛି ଖାଇବାକୁ ନିବୃତ୍ତ ରହିବା ଉଚିତ୍ । ତେଣୁ, ଆସବୁ ଜାଣିବା ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ପୂର୍ବରୁ ଡାକ୍ତରମାନେ କାହିଁକି କିଛି ଖାଇବା କିମ୍ବା ପିଇବାକୁ ମନା କରନ୍ତି ଏବଂ ଏହାର ପରିଣାମ କ'ଣ ହୋଇପାରେ । ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ସମୟରେ, ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ସାଧାରଣତଃ ସାଧାରଣ ଆନାସ୍ତେସିଆ ଦିଆଯାଏ । ଏହା ଏପରି ଏକ ଔଷଧ ଯାହା ସେମାନଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବେକ କରିଦିଏ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସମୟରେ, କିଛି ସାଧାରଣ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟ, ଯେପରିକି ଗିଳିବା, କାଣିବା କିମ୍ବା ବାନ୍ତି କରିବାକୁ ରୋକିଥାଏ । ଯଦି ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ତରଳ ପଦାର୍ଥ ପେଟରେ ଥାଏ, ତେବେ ଆନାସ୍ତେସିଆ ଦେବା ବେଳେ ବାନ୍ତି ହୋଇପାରେ ଏବଂ ଶ୍ୱାସନଳୀରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରେ । ଏହା ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ତରଳ ପଦାର୍ଥ ପୁସ୍ତୁପୁସ୍ତରେ ପହଞ୍ଚିପାରେ, ଯାହାକୁ ଆସିରେସନ୍ କୁହାଯାଏ । ଆସିରେସନ୍ ପୁସ୍ତୁପୁସ୍ତ ସଂକ୍ରମଣ, ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ କଷ୍ଟ ଏବଂ ଜୀବନକୁ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ଭଳି ଗମ୍ଭୀର ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଏହାକୁ ଆସିରେସନ୍ ନିମୋନାଇଟିସ୍ କୁହାଯାଏ । ତେଣୁ, ଏହି ବିପଦକୁ ଏଡାଇବା ପାଇଁ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ପୂର୍ବରୁ ପେଟକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଖାଲି କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଅପରେସନ୍ ପୂର୍ବରୁ ଖାଇବା କିମ୍ବା ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ବିଶେଷକରି ପେଟ କିମ୍ବା ଅନ୍ତନଳୀ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାରରେ, ଯଦି ରୋଗୀ କିଛି ଖାଇଥାଏ, ତେବେ ପେଟ ଠିକ୍ ଭାବରେ ସଫା ହୋଇପାରେ ନାହିଁ, ଯାହା କାରଣରୁ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ସ୍ଥିତି ହୋଇପାରେ କିମ୍ବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପାରେ ।

ହୃଦ୍ଘାତ ବିପଦକୁ ୫୬% ବଢ଼ାଏ ରାତିର ଉତ୍କଳ ଆଲୋକ



ପୁରୁଷଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି ସ୍ତନ କର୍କଟ

ଆମେରିକାର ବିଶ୍ୱ ବାଣିଜ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ଗ୍ରୀଡ଼ଜି ଜିରୋ ନିକଟରେ ରହୁଥିବା ଏବଂ କାମ କରୁଥିବା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସ୍ତନ କର୍କଟ ମାମଲା ଦ୍ରୁତଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ୨୦୨୪ ମସିହା ସୁଦ୍ଧା ଆମେରିକାର ରୋଗ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଏବଂ ପ୍ରତିରୋଧ କେନ୍ଦ୍ର ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୯୧ ଜଣ ପୁରୁଷଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସ୍ତନ କର୍କଟ ରୋଗ ନିଶ୍ଚିତ କରିଛି । ଏହି ସଂଖ୍ୟା ୨୦୧୮ରେ ହୋଇଥିବା ରିପୋର୍ଟ ଅପେକ୍ଷା ଛଅ ଗୁଣ ଅଧିକ ଏବଂ ଆମେରିକାର ଜାତୀୟ ହାର ଅପେକ୍ଷା ୯୦ ଗୁଣ ଅଧିକ ରହିଛି । ବିଶେଷକ୍ରମେ ମତରେ, ପୁରୁଷଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବା ସ୍ତନ କର୍କଟ ମାମଲା ବିକାର କାରଣ ପାଲଟି ଗଲାଣି । ଏହି ସ୍ତନ କର୍କଟ ଅତ୍ୟନ୍ତ ବିରଳ । ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରତି ୧୦୦,୦୦୦ ଜଣରେ କେବଳ ଜଣେ ପୁରୁଷ ଏହି ରୋଗ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ଡାକ୍ତରଙ୍କ ମତରେ ସ୍ତନ କର୍କଟ କେବଳ ଏକ ମହିଳା ରୋଗ ନୁହେଁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଜନ୍ମରୁ ଅଳ୍ପ ମାତ୍ରାରେ ସ୍ତନ ଟିସୁର ପରିମାଣ ରହିଥାଏ । ଏହି ଟିସୁ କେତେକ ସମୟରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇପାରେ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ତନ କର୍କଟ ସାଧାରଣତଃ ସ୍ତନ ଟିସୁର କୋଷଗୁଡ଼ିକରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହିତ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହି କର୍କଟ କୋଷଗୁଡ଼ିକ ଧୀରେଧୀରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ଏବଂ ସମୟ ସହିତ ଏକ ଗଣ୍ଠି ବା ଟ୍ୟୁମରରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ରୋଗ ସାଧାରଣତଃ ୬୦ ରୁ ୭୦ ବର୍ଷ ବୟସର ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଦେଖାଯାଏ । ସ୍ତନ କର୍କଟ ରୋଗର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାୟତଃ ହାଲୁକା ଥାଏ । କିଛି ସାଧାରଣ ଲକ୍ଷଣ ମଧ୍ୟରେ ରହିଛି ଛାତିରେ ଗଣ୍ଠି ଭଳି ଦେଖାଯିବା । ଚର୍ମ ସଙ୍କ୍ରମିତ ହେବା, ଲାଲ ରଙ୍ଗ ଦେଖାଯିବା, ନିପଲର ଆକୃତିରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ସହିତ ସେଥିରୁ ତରଳ କିମ୍ବା ରକ୍ତ ନିର୍ଗତ ହେବା । ଯଦି ଏହି ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସିଟି ଯଦି ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଗି ରହେ, ତେବେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହି ରୋଗକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ରୋକିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ କିଛି ସତକଥା ଏହି ବିପଦକୁ ହ୍ରାସ କରିପାରିବ ।

